BOB

Bruchköbel Aktuell

Neues und Wissenswertes aus unserer Stadt

Ausgabe 11/2026

Der Seniorenbeirat informiert Sie in unregelmäßigen Abständen im Bruchköbeler Oldie Boten.
Ab sofort auch digital auf Facebook und WhatsApp.

Advent, Advent

Auch in diesem Jahr lädt die Stadt Bruchköbel gemeinsam mit dem Seniorenbeirat alle Seniorinnen und Senioren wieder zu einer unterhaltsamen und gemütlichen Adventsfeier im Stadthaus ein. Die kostenfreie Veranstaltung findet **am Sonntag, den 6.12.2026** in der Zeit von 14 bis 17 Uhr statt, Einlass ist ab 13.30 Uhr. Für Unterhaltung und Abwechslung sorgt u.a. die Kapelle der Freiwilligen Feuerwehr, eine Kindergruppe der Tanzschule Lutz, der „Metschan" und der Volkschor. Selbstverständlich wird auch für das leibliche Wohl gesorgt. Neben Kaffee und Kuchen werden kalte Getränke und Wein angeboten. Der Nachmittag klingt aus mit einem „Rudelsingen", angeleitet vom Issgemer Bänkelsänger Gerhard Kalbfleisch.



Wir freuen uns auf viele Gäste.

Foto: KI generiert

Weihnachtsmarkt Bruchköbel 2026

Nun ist es bald wieder so weit: Die Luft wird kälter, die Getränke heißer und Bruchköbel beginnt zu leuchten. Vom 27. bis 29. November verwandelt sich die Hauptstraße in einen festlichen Weihnachtsmarkt, der mit gemütlichen Ständen, einer lebensgroßen Krippe und weihnachtlicher Atmosphäre zum Bummeln und Verweilen einlädt.



Beim vergrößerten Kunsthandwerkermarkt im Stadthaus gibt es handgemachte Unikate und besondere Weihnachtsgeschenke zu entdecken. Außerdem ein Weihnachts-Café der Landfrauen Bruchköbel.

Öffnungszeiten Weihnachtsmarkt

Freitag: 16–22 Uhr
Samstag: 14–22 Uhr
Sonntag: 11–20 Uhr

Öffnungszeiten Kreativmarkt

Freitag: 16-21 Uhr
Samstag: 14-21 Uhr
Sonntag: 11-20 Uhr

BOB
Bruchköbel Aktuell
Neues und Wissenswertes aus unserer Stadt
Ausgabe 11/2026

NEUES AUS DEM STADTHAUS

Liebe BOB-Leserinnen und Leser,

hier im Stadthaus haben wir natürlich viele offizielle Besucherinnen und Besucher, aber über einen habe ich mich im vergangenen Monat besonders gefreut: Ich durfte Laura Rüffieux, die bei der SG Bruchköbel ihre Handballkarriere begonnen hat, im Stadthaus empfangen. Ich überreichte der Profisportlerin, die mit der HSG Blomberg-Lippe die Deutsche Meisterschaft im Frauenhandball gewonnen hat, die Ehrenmedaille der Stadt Bruchköbel in Gold. Anschließend durfte sich die Kapitänin der Meistermannschaft noch in das Goldene Buch der Stadt Bruchköbel eintragen. Im Beisein von ihrem Vater Ralf Rüffieux, SGB-Präsident Martin Wilhelmi, Erhardt Berg von der SGB-Handballabteilung, Stadtrat Rainer Keim sowie Stadträtin Patricia Bürgstein gab Laura Rüffieux sehr persönliche Einblicke in ihre Profikarriere, erzählte von der Atmosphäre eines Handball-Champions-League-Spiels und dem Alltag einer Profisportlerin auf höchstem Niveau. Ich freue mich, dass ihre Karriere hier bei der SG Bruchköbel ihren Anfang genommen hat.

Die Finanzverwaltung war in den letzten Monaten damit beschäftigt, den Haushaltsplan für 2027 vorzubereiten. Auch alle anderen Fachbereiche haben sich mit den Finanzen beschäftigt und Vorschläge zur Ausgabenreduzierung gemacht. Nun ist der Entwurf fertig, am 3. November bringe ich ihn in der Stadtverordnetenversammlung ein. Schmerzhafte Einsparungen und leider auch erhebliche Steuererhöhungen machen dies in diesem Jahr besonders schwer. Aber machen Sie sich gerne selbst ein Bild: Diese Sitzung ist öffentlich und beginnt um 19.30 Uhr.

Wie viele von Ihnen sicherlich schon gemerkt haben, haben wir im Seniorenreferat neue Gesichter. Nachdem Stefania Winkler in den wohlverdienten Ruhestand gegangen ist, haben wir mit Elena Schmidt und Sina Hermelbracht zwei junge, neue Kolleginnen, die sich um alle Belange der Seniorinnen und Senioren kümmern werden. Auch Fachbereichsleiter Andreas Kalski hat sich in den Ruhestand verabschiedet, auf ihn folgt David Dieschburg, der aus dem Jugendzentrum ins Stadthaus wechselt. Ich freue mich, dass der wichtige Bereich der Seniorenarbeit bei diesen neuen Kolleginnen und Kollegen in guten Händen liegt.



Ich wünsche Ihnen gemütliche Herbsttage

Herzliche Grüße
Ihre Sylvia Braun

Bürgermeisterin

Herausgeber: Stadt Bruchköbel • Hauptstraße 32 • 63486 Bruchköbel
Redaktion: Seniorenbeirat (seniorenbeirat@bruchkoebel.de) und Seniorenbüro (seniorenreferat@bruchkoebel.de)

SENIOREN BEIRAT BRUCHKÖBEL

BOB

Bruchköbel Aktuell

Neues und Wissenswertes aus unserer Stadt

Ausgabe 11/2026

SENIOREN BÜRO STADT BRUCHKÖBEL

LEBEN UND WOHNEN IM ALTER

Im Rahmen unserer Reihe „Leben und Wohnen im Alter" stellen wir in den kommenden Ausgaben des **BOB** Bruchköbeler Vereine und Sportstudios mit besonderen Angeboten für Senioren vor. Für Herbst 2027 ist eine „Gesundheitsmesse" geplant, bei der alle Anbieter die Möglichkeit haben, sich einem breiten Publikum vorzustellen.

Das V8 Sports Bruchköbel stellt sich vor:

Beweglich bleiben, den Alltag selbstständig meistern und das Leben genießen – das wünschen wir uns in jedem Alter. Regelmäßige Bewegung kann dabei helfen, Kraft und Beweglichkeit zu erhalten und sich im Alltag sicherer zu fühlen. Das V8 Sports Bruchköbel unterstützt ältere Menschen dabei, aktiv zu bleiben – mit persönlicher Betreuung und einem Training, das zu den eigenen Möglichkeiten passt.

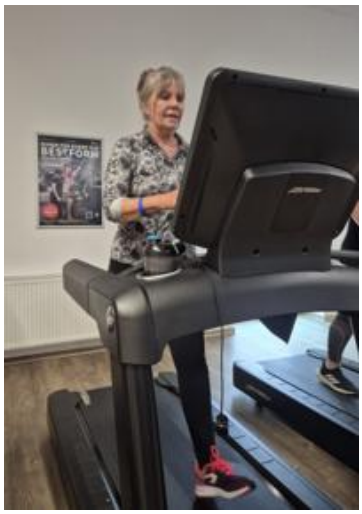


Individuell trainieren – im eigenen Tempo

Wer lange keinen Sport gemacht hat oder körperliche Einschränkungen mitbringt, braucht vor allem eine gute Begleitung. Nach einer persönlichen Beratung und Analyse erstellen qualifizierte Trainer einen individuellen Trainingsplan. Im Mittelpunkt stehen Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer – ohne Leistungsdruck und angepasst an die persönlichen Ziele.

Eine praktische Möglichkeit bietet der moderne Milon-Zirkel: Hier lässt sich der ganze Körper in etwa 35 Minuten kontrolliert trainieren. Die Geräte sind einfach zu bedienen und werden auf die jeweilige Person eingestellt. So kann das Training dabei helfen, wichtige Muskelgruppen für alltägliche Aufgaben wie Aufstehen, Treppensteigen oder Einkaufen zu stärken.

Gesundheit und Sicherheit im Blick



Ein besonderer Vorteil: Die Studioleiterin ist ausgebildete Physiotherapeutin. Körperliche Einschränkungen können dadurch bei der Trainingsplanung gezielt berücksichtigt werden. Ergänzende Übungen für Beweglichkeit und Gleichgewicht unterstützen dabei, sich im Alltag sicherer zu bewegen und das Sturzrisiko zu verringern. Bei bestehenden Erkrankungen oder stärkeren Beschwerden sollte das Training gegebenenfalls mit dem behandelnden Arzt abgestimmt werden.

Gemeinschaft, Entspannung und Wohlbefinden

Auch das Miteinander kommt nicht zu kurz. In speziell abgestimmten Gruppenkursen für Seniorinnen und Senioren wird gemeinsam trainiert, gelacht und sich gegenseitig motiviert. So

können neue Kontakte entstehen und die Bewegung macht gleich doppelt Freude.

Nach dem Training lädt der großzügige Saunabereich zum Entspannen ein. Das gemütliche Bistro bietet Raum für Gespräche und Begegnungen; im Sommer können Mitglieder außerdem die Sonnenterrasse genießen.

Der erste Schritt lohnt sich. Ob Sie beweglich bleiben, Ihre Kraft verbessern oder wieder mehr Aktivität in den Alltag bringen möchten: Im V8 Sports Bruchköbel können Sie in Ihrem eigenen Tempo beginnen. Denn es ist nie zu spät, etwas für sich selbst zu tun.

V8 Sports GmbH Bruchköbel – für mehr Beweglichkeit im Alter.

Bruchköbel, Friedberger Landstraße 1

06181 9828186

Text: V8 Sports GmbH
Fotos: Seniorenbeirat



BRUCKÖBEL AKTUELL

Der Seniorenbeirat schafft mehr Möglichkeiten zum Sitzen und Verweilen

Neue Sitzbänke in den Stadtteilen und rund um Bruchköbel – mehr Sitzmöglichkeiten an schönen Plätzen mit Ausblick in die Natur beim Wandern und Spazierengehen

Der Seniorenbeirat der Stadt Bruchköbel ist aktiv dabei, sukzessive das Angebot an Sitzmöglichkeiten in den Stadtteilen zu prüfen und rund um die Stadt möglichst weiter auszubauen. Ziel ist es, mehr Plätze zum Ausruhen, Verweilen und Begegnen zu schaffen. Insbesondere an schönen Orten mit einem besonderen Ausblick auf die Natur und die Umgebung.



Ein schönes Beispiel dafür ist die neue Sitzbank in den Niederwiesen. Die Idee wurde im Auftrag des Seniorenbeirats mit Rebekka Lederer vom Fachbereich Umwelt- & Naturschutz besprochen. Gemeinsam mit dem Bauhof wurde anschließend ein geeigneter Standort ausgesucht.
Am 19. Mai 2026 war es schließlich so weit: Mitarbeiter des Bauhofs stellten die Bank in den Niederwiesen auf. Seitdem wird sie von Spaziergängern und Anwohnern rege genutzt.
Sie lädt dazu ein, eine Pause einzulegen, die Natur zu genießen oder miteinander ins Gespräch zu kommen. Besonders erfreulich ist, dass die Bank bislang sehr pfleglich behandelt wird. Obwohl sie in der Nähe eines Grundstücks steht, wurde sie bisher weder beschmiert noch anderweitig beschädigt.
Die neue Bank ist ein kleines, aber sichtbares Zeichen für die Unterstützung des Beirats auch ehrenamtlicher Aktivitäten, um die soziale Teilhabe unserer Senioren zu fördern.
Weitere geeignete Standorte in den Stadtteilen und im Umfeld von Bruchköbel sollen geprüft und nach Möglichkeit mit zusätzlichen Sitzgelegenheiten ausgestattet werden.
Denn manchmal braucht es nicht viel: eine Bank an einem schönen Ort, ein wenig Zeit zum Verweilen und vielleicht ein schöner Ausblick – und schon wird ein Spaziergang noch ein bisschen angenehmer.

Herausgeber: Stadt Bruchköbel • Hauptstraße 32 • 63486 Bruchköbel
Redaktion: Seniorenbeirat (seniorenbeirat@bruchkoebel.de) und Seniorenbüro (seniorenreferat@bruchkoebel.de)

Café Digital – Impulsvortrag zum Thema „Cookies"

Im Rahmen des **Café Digital** im Oktober wurde interessierten Besuchern ein Thema erläutert, das alle Internetnutzer beschäftigt. Nahezu jede Website benötigt **„Cookies"**, das sind kleine Datensätze, die der Wiedererkennung des Nutzers dienen. Personenbezogene Daten werden gespeichert und unter Umständen auch an Dritte weitergegeben. Eine gesetzliche Regelung schreibt vor, dass der Nutzer seine Zustimmung für die Verarbeitung und Weitergabe der Daten geben muss; die entsprechenden Schaltflächen werden bei der ersten Nutzung angezeigt und müssen angeklickt werden.

Detaillierte Informationen zu diesem Thema sind auf der Seite der Verbraucherzentrale unter www.verbraucherzentrale.de zu finden, oder kommen Sie einfach am **11.11.2026 ab 14:30 Uhr** zum nächsten **Café Digital** und fragen Sie uns.



BOB
Bruchköbel Aktuell
Neues und Wissenswertes aus unserer Stadt
Ausgabe 11/2026

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

Für die Einstimmung zur Winterzeit zwei einfache Rezepte, die immer gelingen, und vor allem schmecken:

Engelsaugen



Zutaten (für c. 40 Stück)

170g	Mehl	140g	weiche Butter
50g	Zucker	eine Prise	Salz
2	Eigelbe		
100g	Konfitüre oder Gelee nach Wahl		

Zubereitung

Den Backofen auf 160°C Umluft vorheizen, ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die ersten 5 Zutaten miteinander verkneten, aus dem Teig eine Rolle bilden und etwa walnussgroße Kugeln auf das Backblech setzen. Mit einem Kochlöffelstiel eine Mulde in jede Kugel drücken und die Mulde mit Konfitüre oder Gelee füllen. Auf der 2. Stufe von unten ca. 6 bis 8 Minuten backen. Wer es mag, kann die Engelsaugen noch mit Puderzucker bestäuben.
Rezept: Angelika Meyer/Foto: KI generiert

Bratapfel-Blätterteigtaschen



Zutaten (für c. 6-8 Stück)

1 Rolle Blätterteig
2 Äpfel
2EL Zucker
1TL Zimt

Zubereitung

Die Äpfel schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.
Anschließend in einer Schüssel mit Zucker und Zimt vermischen. Wer möchte, kann zusätzlich Rosinen oder gehackte Mandeln unterrühren.
Den Blätterteig ausrollen und in 6–8 gleich große Quadrate schneiden.
Auf eine Hälfte jedes Quadrats etwa 1–2 Esslöffel der Apfelmischung geben. Dabei etwas Abstand zum Rand lassen, damit die Füllung später nicht herausquillt. Die freie Teighälfte über die Füllung klappen, sodass Dreiecke oder Rechtecke entstehen. Die Ränder zunächst mit den Fingern leicht zusammendrücken und anschließend mit einer Gabel rundherum festdrücken.
Die Blätterteigtaschen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.
Wer sie besonders goldbraun haben möchte, kann sie mit etwas Eigelb bestreichen.
Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze etwa 15–20 Minuten backen, bis die Taschen schön goldbraun und knusprig sind. Nach Belieben mit Puderzucker servieren.

SENIOREN BEIRAT BRUCHKÖBEL

BOB

Bruchköbel Aktuell

Neues und Wissenswertes aus unserer Stadt

Ausgabe 11/2026

SENIOREN BÜRO STADT BRUCHKÖBEL

ANGEBOTE IM NOVEMBER/DEZEMBER

	Was?	Wann?	Wo?
06.11.	**Infostand Seniorenbeirat**	10-11 Uhr	Wochenmarkt
09.11.	**Seniorenkino**	15.00 Uhr	Luxor, Nidderau
10.11.	**Seniorenbeiratssitzung**	ab 10 Uhr	Stadthaus
11.11.	**C@fé Digital**	14.30-16 Uhr	Artrium
12.11.	**Sonderveranstaltung „Digitales Vermächtnis"**	15.00 Uhr	Stadthaus
27.11.-			
29.11.	**Weihnachtsmarkt und Künstlermarkt**	Fr. bis So.	siehe Seite 1
06.12.	**Adventsfeier der Senioren**	14-17 Uhr	Stadthaus
14.12.	**Seniorenkino**	15.00 Uhr	Luxor, Nidderau

Wöchentlich

Mo	**Yoga im Sitzen**	11-12 Uhr	Artrium
Mo	**Französisch (Anfänger mit Vorkenntnissen)**	10.15-11.45 Uhr	Stadtcafé
Di	**Yoga im Sitzen**	9.30-10.30 Uhr	Artrium
Di	**Gedächtniskurs**	10.45-12.00 Uhr	Artrium
Di	**Stuhl-Gymnastik**	14-15.00 Uhr	Artrium
Mi	**Strickgruppe**	10-12 Uhr	Artrium
Do	**Malgruppe**	9-12.30 Uhr	Artrium
Do	**Stuhl-Gymnastik**	10.30-11.30 Uhr	Stadttreff
Do	**Skatgruppe**	13-17 Uhr	Artrium
Fr	**Rommé-Club**	17.30-22 Uhr	Artrium

Seniorenreferat Bruchköbel, Tel.: 06181-975 815, E-Mail: seniorenreferat@bruchkoebel.de

Notrufnummer Polizei: 110 **Notrufnummer DRK / Feuerwehr: 112**
Krankentransport: 06051-19222 **Zahnärztlicher Notdienst: 01805-607011**
Ärztlicher Bereitschaftsdienst: Bruchköbel 06181-75858 (bundesweit: 116 117)
Apothekennotdienst: htpps://apotheken.de (PLZ im Suchfeld eingeben)
Störfallnummer Main Kinzig (Strom, Gas, Wasser) - Notdienst: 06051-884040

SCAN ME

Herausgeber: Stadt Bruchköbel • Hauptstraße 32 • 63486 Bruchköbel
Redaktion: Seniorenbeirat (seniorenbeirat@bruchkoebel.de) und Seniorenbüro (seniorenreferat@bruchkoebel.de)